TRADYCJE KULINARNE



GMINY CZYŻE I OKOLIC

Od dawien dawna w tradycji mieszkańców obecnego terenu Gminy Czyże - stół był zawsze miejscem, które łączyło.

Od zarania dziejów życie człowieka związane było z pożywieniem, a każdy region wytworzył i posiada swoje własne tradycje kulinarne. Tradycje kulinarne regionu Puszczy Białowieskiej zawdzięczają swe bogactwo i różnorodność czasom, w których nie istniały zaawansowane technologie przetwórstwa i obróbki żywności. Wszystkie produkty oparte były na domowych, prymitywnych, choć czasem bardzo skomplikowanych i przemyślnych, technologiach. Dziś wielu potraw już się nie przyrządza, z uwagi na pracochłonność czy zmiany cywilizacyjne i technologiczne.

Gmina Czyże słynie ze swoich unikatowych i specyficznych dań, a sami mieszkańcy Czyż przez okolicznych mieszkańców byli nazywani „pirohi", z uwagi na tradycje wypiekania białego pieczywa z mąki pszennej. Przepisy kulinarne z dawnych tradycji tych terenów, to zdrowa, tania, chociaż nie zawsze niskokaloryczna kuchnia. Oparte są na warzywach, z dużą ilością ziemniaków, mięsie, słoninie oraz grzybach, ziołach, zieleninie i nabiale. Cechują się one prostotą, lecz z wyszukanym smakiem i z wykorzystaniem licznych darów natury.



Zacznijmy od jednego z podstawowych produktów, którym jest chleb. Chleb to nieodłączny element naszych codziennych posiłków. I chociaż dziś jest on dostępny w sklepach jako produkt masowej produkcji, nadal w tych stronach otaczany jest wielkim szacunkiem, a prawidła i obyczaje związane z jego przygotowaniem i spożywaniem przekazywane są kolejnym pokoleniom. Bochenek chleba to przede wszystkim symbol dostatku i zamożności. Każdy bochenek chleba zaczynano znakiem krzyża, jak i również przed każdym posiłkiem trzeba było przeżegnać się. Na całym Podlasiu proces przygotowania pieczywa był procesem niezwykłym, z którym wiązały się odpowiednie przepisy związane z tym, co wolno, a czego nie wolno czynić podczas pieczenia chleba. Najczęściej chleb pieczono z grubo mielonej mąki żytniej, a żeby zwiększyć objętość pieczywa dodawano tzw. "przymieszki". Mogły to być ugotowane, przetarte ziemniaki, mąka z fasoli, soczewicy czy grochu. W rodzinach bardzo ubogich i w czasach kryzysu dodawano nawet perz, lebiodę i korę niektórych drzew. W zasadzie każde gospodarstwo mogło się pochwalić innym rodzajem chleba. Różnił się on w niewielkim stopniu kwasowością, smakiem i aromatem, co wynikało z nieco odmiennego składu, czasu fermentacji oraz cech pieca chlebowego, w którym go wypiekano. Na terenie dzisiejszej Gminy Czyże najczęściej spotykany był chleb żytni na naturalnym zakwasie. Pieczony był w specjalnych piecach chlebowych lub tzw. duchówkach; układany w blachach na palenisku, kiedyś też na liściach chrzanu, kapusty, dębu lub tataraku. Chleb wypiekany w takich warunkach charakteryzuje się niesamowitym i niezapomnianym aromatem oraz cudownym smakiem. Dobrze wypieczony chleb był dumą każdej gospodyni, ale obecnie wiele osób jego smak zna już tylko z opowiadań.



Wypiek pieczywa w tradycyjnym piecu kaflowym.

Ziemniak zaś, który obecnie kojarzony jest z podlaską kuchnią, pojawił się tutaj dość późno. Na stołach w naszym regionie królowała przede wszystkim kapusta i ogórki. Kisić zaczęto je już w XVI. Jednak w późniejszych wiekach podstawą miejscowej kuchni stały się ziemniaki, z których gospodynie zaczęły wyrabiać szereg potraw. Do pierwszej grupy nie sposób nie zaliczyć babki ziemniaczanej. To danie z zapiekanych tartych ziemniaków, cebuli, jajek, mąki i boczku. Świetnie sprawdza się zarówno tuż po wyjęciu z piekarnika, jak i po podsmażeniu na oleju. Placki ziemniaczane są potrawą również znaną na tym terenie, a otrzymuje się je z tartych ziemniaków z niewielkim dodatkiem mąki pszennej, jaj i przypraw. Smaży się je na oleju lub smalcu. Nieco inną formę ma kiszka ziemniaczana, która powstaje w podobny sposób jak kiełbasa, ale w jej środku znajdują się ziemniaki wraz ze skwarkami i przyprawy. Dziś jest ciekawą propozycją na grilla dla osób znudzonych już jedzeniem karkówki albo tradycyjnej kiełbasy.

Kiedyś w kuchniach regionu Puszczy Białowieskiej o wiele częściej na stole gościły kasze. Prym wiodły kasza gryczana i jaglana oraz pęczak z pszenicy lub jęczmienia. Najczęściej jadano je okraszone suto skwarkami. Innym zastosowaniem było użycie ich w licznych farszach, różnego rodzaju klusek, pierogów i potraw pieczonych. Kasza jaglana spożywana niegdyś w dużych ilościach obecnie została prawie zapomniana i rzadko gości na stołach. Kasza gryczana współcześnie jadana jest przede wszystkim jako dodatek do drugich dań obiadowych. Z gryki wytwarzano kiedyś mąkę, którą używano do produkcji wielu potraw, a obecnie zastępowano nią mąką pszenną. Co ciekawe, nie tak jak w innych regionach, tutaj pod nazwą „pierogi" kryją się nadziewane bułki drożdżowe. Czasem gospodynie wypiekają je jeszcze, stosując słodkie nadzienia: ser, mak lub przetwory owocowe. Kiedyś nadzienia przygotowano też na słono i najczęściej była to kapusta z grzybami lub kasze. Na tych terenach sporządzano też wiele innych ciast drożdżowych, a związane to było z możliwością ich wypieku w piecu chlebowym po skończeniu pieczenia chleba. Makaron i inne kluski w tych stronach kiedyś były stosowane stosunkowo rzadko.



Natomiast potrawami świątecznymi były właśnie mięsa i wypieki obrzędowe (ciasta). Do regionalnych specjalności kulinarnych tego regionu należą z potraw mięsnych: wieprzowy „kumpiak" (solona i suszona szynka pachnąca ziołami), domowe kiełbasy (obowiązkowo „napychane palcem"), wędzonki (boczek, głowizna), podroby (kaszanka), smalec wieprzowy z dodatkami (cebulą, czosnkiem, czasem jabłkiem). Z drugiej strony mięso stosowane jest także jako dodatek oraz do różnego rodzaju farszów i nadzień. Charakterystyczny dla tych terenów był sposób uboju świń, który jeszcze do tej pory jest stosowany przez mieszkańców. Mianowicie, po uboju zwierzęcia nie oparza się gorącą wodą w celu usunięcia z niego szczeciny, lecz opala w ogniu ze słomy. Daje to mięsu „świeżynie" specyficzny smak i kolor, a przypalona skórka staje się istnym przysmakiem. W miejscowej kuchni znajdziemy też wiele darów lasu. Grzyby spożywane są jako samodzielne potrawy w postaci smażonej z cebulką i słoniną oraz duszonej na oleju lub maśle. Stosowane są także jako dodatek do wielu potraw: wigilijnych uszek i barszczu, postnego bigosu czy różnych nadzień. Las daje liczne owoce, obecnie najczęściej zbierane są jagody, poziomki i maliny. Kiedyś na stół trafiały także jeżyny, borówki, żurawiny, jarzębina, kalina i głóg. Wytwarzano z nich liczne przetwory i tzw. lekarstwa w postaci nalewek i likierów. Jagody, maliny albo jeżyny z dużym powodzeniem nadal są wykorzystywane w trakcie robienia wypieków.





Potrawy wigilijne nie odbiegają znacząco od dań spożywanych na terenie całego Podlasia, ale szczególnie w tych stronach na stole świątecznym pojawia się kutia. Pierwotnie była to potrawa z gotowanych ziaren pszenicy z dodatkiem mielonego maku i miodu, a na zamożniejszych stołach z czasem pojawiły się także dodatki z bakalii. Obecnie pszenica zastępowana jest najczęściej pęczakiem. Nieodzownym elementem Wieczerzy Wigilijnej są ryby, śledzie, kisiel owsiany, kluski z makiem i kompot „szczołok", przygotowany z suszonych owoców, często dzikich odmian drzew owocowych. W dobie globalizacji oraz rozwoju cywilizacyjnego i społecznego powoli zaczynają znikać unikalne i tajemnicze potrawy regionalne. Wciąż zabiegane społeczeństwo - nie mając czasu - odwraca się od pielęgnowania tradycji. Również i do podlaskiej kuchni wkraczają potrawy z całego świata, przez co nabiera ona cech uniwersalnych, staje się jednakowa, globalna i...nudna. Zapomina się o swoich własnych korzeniach, o przeszłości i własnych tradycjach kulinarnych. A szkoda, bo jest się czym pochwalić. Trzeba tylko zrobić krok by chronić tą tradycję przed wypaczeniem lub zapomnieniem. Nasza publikacja - to tylko niewielka kropla w morzu potrzeb.

Chleb domowy żytni

SKŁADNIKI:
Ciasto: 4 kg grubo mielonej mąki, 2 litry wody, 4 dag soli.
Rozczyn: 25 dag mąki żytniej razowej, 50 dag ciasta chlebowego z poprzedniego pieczenia, 1,5 dag drożdży, pół szklanki wody, 0,25 szklanki zsiadłego mleka.

PRZYGOTOWANIE: Sporządzić rozczyn mieszając wszystkie wyżej wymienione składniki i pozostawić w cieple na jedną dobę. Trzecią część mąki przeznaczonej na wypiek rozmieszać z ciepłą wodą i dodać wyrośnięty rozczyn, wymieszać, posypać powierzchnię mąką, dzieżę zakryć i postawić w ciepłym miejscu, aby urosło. Po 12-14 godzinach dzieżę należy odkryć, a zawartość energicznie roztrzepać dużą łyżką. Następnie dodać resztę mąki, dosolić i zarobić ciasto. Wyrabiać bardzo starannie, po czym nakryć i pozostawić do dalszego rośnięcia, jak przy zaczynaniu. Odrywać kawałki ciasta, na podsypanej mąką stolnicy formować bochenki i wkładać je do przygotowanych blaszek. Dobrze jest je nakłuć w kilku miejscach patyczkiem. Przed włożeniem do pieca polać odrobiną wrzącej wody. Kiedyś bochenki chleba w piecu układało się na łopacie wysłanej liśćmi kapusty, dębu, chrzanu lub tataraku i w takiej postaci układało się w piecu na około 2 – 2,5 godziny. Wypieczone bochenki należy zwilżyć wodą i nakryć suchymi ściereczkami lub natrzeć skórkę słoniną. Ważne jest, aby po wyjęciu chleba z pieca chlebowego stygł on w ciepłym pomieszczeniu, a dopiero później można go wynieść do zimnego pomieszczenia.



Wychopieńki („Chli'ebniki")

Wychopieńki („Chli'ebniki") Z przygotowanego ciasta na chleb razowy odbiera się trochę (takie same kawałki jak na kotlety), moczy się ręce w wodzie i formuje się placki podłużne wielkości kotletów. Piecze się je w piecu chlebowym na patelni z tłuszczem. Podaje się je do jedzenia gorące do szklanki mleka.



Pieroh po czyżowsku

Krutony

„Krutony" są to grzanki z białego chleba, dokładnie wysuszone w piecu bez masła. Pokrajać chleb czerstwy w półtora centymetrowe kostki, biorąc jedynie sam tylko środek, po czym rozpostrzeć na blasze i wstawić w piec. Wyjąć, gdy się dokładnie zarumienią.

Pieroh po czyżowsku

SKŁADNIKI: 2,5 kg mąki pszennej, ¼ paczki surowych drożdży,3 łyżki kwaśnej śmietany, 1 łyżka cukru, łyżeczka soli, 0,5 szklanki oliwy 0,5 l mleka, 1 l ciepłej wody, 1 jajko.

PRZYGOTOWANIE: Mąkę wsypać do dużej miski. Po środku zrobić dołek w celu zarobienia zaczynu. Wlać tam trochę mleka, trochę wody, drożdże i wymieszać. Jak rozczyn wyrośnie stopniowo dodać resztę składników i wszystko dokładnie wymieszać, aby całość otrzymała konsystencję ciasta pierogowego. Takie ciasto dobrze odstaje od rąk i błyszczy. Kiedy całość ciasta wyrośnie wykładać je do przygotowanych blach posmarowanych tłuszczem. Wierzch ciasta posmarować jajkiem roztrzepanym z wodą. Piecze się w zależności od temperatury pieca od 0,5 do 1 godziny.

Podpłomyki

Z takiego samego ciasta chlebowego robi się placki podobne do „chli'ebników", tylko dwa razy większe (podwójna porcja) i uformowane układa się na liściach z kapusty, chrzanu lub na liściach tataraku przed palącym się płomieniem w piecu chlebowym. Podaje się zamiast chleba.


Podpłomyki

Babka ziemniaczana

SKŁADNIKI: 10 – 12 ziemniaków, 30 dag wędzonego boczku, 2 jajka, sól, pieprz, mąka i tłuszcz do formy.

PRZYGOTOWANIE: Duże ziemniaki obrać, umyć, utrzeć na drobnej tarce, odcedzić na sitku. Wodę po chwili zlać, pozostałą na dnie miski skrobię dodać do utartych ziemniaków. Wędzony przerośnięty boczek przesmażyć na skwarki i wrzącym tłuszczem zalać odciśnięte ziemniaki. Wbić jajka, posolić i dodać pieprz do smaku oraz tyle mąki, aby ciasto było dość gęste. Ciasto dokładnie wymieszać. Do dobrze wysmarowanej tłuszczem i wysypanej tartą bułką foremki przełożyć masę ziemniaczaną. Wstawić na godzinę lub półtorej do dobrze nagrzanego piecyka. Babka ziemniaczana musi być dobrze zapieczona, bo inaczej trudno wyjąć ją z formy. Po upieczeniu powinna mieć całą powierzchnię rumianą i chrupką. Jadało się ją na gorąco ze skwarkami lub z zimną, gęstą śmietaną. Dziś można ją także podawać z sosami. Jeżeli zostanie z obiadu, smakuje również na zimno lub nawet w dniu następnym, pokrojona w plastry i przysmażona na patelni.


Babka ziemniaczana

Kiszka ziemniaczana

SKŁADNIKI: 2 kg ziemniaków, 4 dag mąki, 6 dag cebuli, 10 dag skwarek z boczku lub słoniny, sól, pieprz, majeranek, 3 kawałki długości 40 cm jelita grubego ze świni, kawałek słoniny.

PRZYGOTOWANIE: Jeśli mamy jelito grube przechowywane w soli to całą noc moczymy w zimnej wodzie. Następnie dokładnie myjemy. Ziemniaki zetrzeć na tarce, osolić, dodać przyprawy, mąkę, cebulę, skwarki, dobrze wymieszać i nadziać jelita. Związać końce jelita nitką, żeby nie wyleciało nadzienie. Słoninę pokroić na plasterki i położyć na blasze. Kiszki wstawić do piekarnika nagrzanego do 180°C, piec około 2 godzin, aż nabiorą jasnobrązowego koloru. W połowie pieczenia, gdy kiszka napęcznieje przedziurawić ją widelcem.

Towkanicia

SKŁADNIKI: Ziemniaki, cebula, słonina, sól, pieprz,

PRZYGOTOWANIE: Najpierw trzeba obrać i umyć ziemniaki, następnie ugotować je razem z cebulą (drobno posiekaną). Dodać sól i pieprz. Ziemniaki gotować do czasu gdy staną się miękkie. Wówczas odcedzić wodę i utłuc tłuczkiem „na ciasto". Pokroić drobno słoninę i usmażyć na złoty kolor razem z drobno posiekaną cebulą. Później wszystko wlać do naczynia z ziemniakami i dokładnie wymieszać. Wyłożyć masę na patelnię, smażyć aż się zarumieni. Po zdjęciu patelni z ognia „towkanicia" jest gotowa do spożycia. Najlepiej jednak smakuje zapiekana w glinianej misce na złocisty kolor w tradycyjnym piecu.



Kiszka ziemniaczana

Kartoflaniki

SKŁADNIKI: 2 kg ziemniaków, 3 jajka, 1 cebula, szczypta soli, pieprz ziołowy, olej.

PRZYGOTOWANIE: 10 dużych ziemniaków zetrzeć na tarce. Lekko odcisnąć wodę. Drobno posiekać trzy duże cebule. Połączyć i dodać sol i pieprz ziołowy. Do smaku wbić jajko i wymieszać, smażyć na tłuszczu na żółty kolor. Podawać z kefirem lub zsiadłym mlekiem.

Kartacze

SKŁADNIKI: Ciasto: 4 kg dużych ziemniaków, okrasa, średnie cebule, 20 dag słoniny lub boczku. Nadzienie mięsne: 30 dag wołowiny, 10–20 dag wieprzowiny.

PRZYGOTOWANIE: Mięso przekręcić przez maszynkę, dodać cebulę podsmażoną na tłuszczu, pieprz, sól (w razie potrzeby można dodać odrobinę rosołu) i wymieszać. 3 kg obranych, umytych i startych ziemniaków odciskamy przez gazę. Pozostałe ziemniaki gotujemy w łupinkach, obieramy i przepuszczamy przez maszynkę do mięsa. Masę z ziemniaków surowych i gotowanych mieszamy razem. Z masy wyrabiamy placki, każdy ok. 8 dag wagi. Na placki nakładamy nadzienie. Następnie zaginamy ich krawędzie, formując owalne wydłużone kluski. Kartacze wkładamy ostrożnie do osolonej, wrzącej wody, powoli, by nie przerywać wrzenia i gotujemy ok. 30-40 minut aż do wypłynięcia. Wyłowione za pomocą durszlaka kluski układamy na podgrzanym półmisku, polewając sosem zrobionym ze smażonej słoniny i cebuli.



Kartoflaniki



Kartacze

Kraszanka

SKŁADNIKI: 1 kg ziemniaków, 10 dag boczku, 10 dag cebuli, sól, pieprz i ziele angielskie.

PRZYGOTOWANIE: Obrane ziemniaki i cebulę pokroić w plastry i włożyć na patelnię z podsmażonym, drobno pokrojonym boczkiem. Całość przyprawić solą, pieprzem oraz zielem angielskim i dusić pod przykryciem. Podawać z kiszonym ogórkiem lub surówkami z warzyw.



Kraszanka

Kapłun

SKŁADNIKI: 1 kg czerstwego chleba razowego, 25 dag słoniny, 1 cebula, sól i pieprz do smaku.

PRZYGOTOWANIE: 2,5 litra wody gotować przez 5 minut. Dodać pieprz i sól, gotować dalej. Czerstwy chleb pokrajać na kostkę. Podobnie pokrajać słoninę i usmażyć na złoty kolor. Dodać drobno pokrojoną cebulę i zrumienić na tym tłuszczu. Chleb zalać wrzątkiem i zostawić pod przykryciem 1 minutę. Nie odcedzając dodać słoninę usmażoną z cebulą. Wszystko zamieszać.

Ziemniaki w kapturkach

Obieramy ziemniaki z łupin, dokładnie myjemy w wodzie, wykładamy do miski, solimy i posypujemy pieprzem. Palimy w piecu drewnem, najlepiej liściastym jak na chleb. Kiedy piec jest odpowiednio gorący rozsuwamy węgle na boki, a środek wymiatamy miotełką a nawet wilgotną ściereczką. Na środku układamy przygotowane ziemniaki jeden obok drugiego. Szczelnie zamykamy piec i pieczemy około pół godziny. Miękkie ziemniaki wyjmujemy do miski lub na talerz i podajemy ze szklanką mleka.

Ziemniaki w śmietanie

SKŁADNIKI: 1 kg młodych ziemniaków, 25 dag śmietany, sól, koperek lub natka pietruszki.
PRZYGOTOWANIE: Ugotować w osolonej wodzie ziemniaki pokrojone w ćwiartki, odcedzić i odparować. Zalać śmietaną, wsypać zieleninę i mocno podgrzać. Podawać można z jajkiem sadzonym lub sałatą z pomidorów, pokrojonych na części, polanych śmietaną, posypane solą i pieprzem. Warto spróbować, bo są przepyszne.


Ziemniaki w śmietanie

Hałuszki z mięsem

SKŁADNIKI: 1 kg ziemniaków, 0,7 kg tłustego mięsa bez kości (wieprzowe lub wołowe), 6 dag cebuli, sól i pieprz do smaku, 25 dag słoniny, 5 dag mąki.
PRZYGOTOWANIE: Ziemniaki umyć , obrać i wrzucić do naczynia z wodą. Nastawić mały garnek z wodą. Do wrzącej wody wrzucić 25 dag ziemniaków, dodać sól i pieprz do smaku oraz połowę drobno pokrajanej cebuli. Gotować do momentu aż ziemniaki będą dostatecznie miękkie. Następnie odcedzić wodę, ziemniaki utłuc tłuczkiem i postawić w chłodnym miejscu. Na wrzącą wodę wrzucić mięso i gotować do miękkości. Po ugotowaniu mięso wyjąć i również odstawić w chłodne miejsce. Resztę ziemniaków utrzeć na tarce o małych oczkach, a potem wycisnąć przez płócienny ręcznik lub ściereczkę. Trzeba jednak uważać, aby w wyciśniętej masie ziemniaczanej było odrobinę wody, bo lepiej wówczas będzie łączyć gotowane ziemniaki z masą. Po wyciśnięciu dodać gotowane ziemniaki i mąkę oraz odrobinę soli. Wszystko dokładnie ugnieść, aż powstanie właściwe ciasto ziemniaczane. Mięso po ostudzeniu pokroić na drobne kawałki i zemleć przez maszynkę. Po zmieleniu do farszu dodajemy sól, pieprz oraz drobno pokrojoną w kostkę cebulę.
Wziąć wyrobione ciasto ziemniaczane, rozgnieść na dłoni lub na stolnicy. Następnie położyć na ciasto kulkę z mięsa. Formować hałuszki w ten sposób, by mięso było szczelnie owinięte ciastem ziemniaczanym, bo przy gotowaniu może się rozpaść. Wodę, w której uprzednio gotowaliśmy mięso, doprowadzić ponownie do wrzenia, wkładać hałuszki i gotować 12 minut. Następnie hałuszki wyjmujemy łyżką cedzakową i kładziemy do miski. Wodę należy posolić do smaku. Po ugotowaniu hałuszek zdjąć garnek z ognia. Słoninę pokroić w kostkę i usmażyć na złoty kolor a potem dodać drobno posiekaną w kostkę ostatnią część cebuli. Wysmażoną, zarumienioną słoninę z cebulą podzielić na dwie połowy. Jedną polać hałuszki, a drugą dodać do rosołu, w którym gotowaliśmy i mięso, i hałuszki. Hałuszki jemy, polewając okraszonym rosołem.

Preśniaki

SKŁADNIKI: 2 kg ziemniaków, 1 jajko, 20 dag mąki, 20 dag smalcu, pieprz i sól do smaku.

PRZYGOTOWANIE: Ziemniaki umyć i obrać, wrzucić do naczynia z wodą. Następnie wyjąć z wody i zetrzeć na tarce o małych oczkach i odcisnąć. Odrobinę wody w masie ziemniaczanej należy zostawić. Do naczynia z masą ziemniaczaną wsypać mąkę i wbić jajko. Wszystko dokładnie wymieszać, dodać sól, pieprz do smaku i ugnieść. Potem wziąć trochę ciasta, zrobić kulkę i rozpłaszczyć na dłoni. Po uformowaniu preśniaków postawić patelnię, roztopić 15 dag smalcu, a potem układać tyle preśniaków, ile się zmieści. Całość smażyć na małym ogniu. Gdy preśniaki zarumienią się z jednej strony, przewracać na drugą i smażyć, aż się całkowicie zrumienią. Upieczone wkładać do małego garnka. Po usmażeniu wszystkich do garnka włożyć odrobinę smalcu, przykryć pokrywą i postawić na małym ogniu. Dusić jeszcze 10 minut, co jakiś czas mieszając. Potem zdjąć z ognia i porozkładać na talerze.

Kluski „hałki”

SKŁADNIKI: 40 dag mąki pszennej, 1 jajko, sól.

PRZYGOTOWANIE: Niezbyt twardo zagnieść mąkę z ciastem, rozwałkować, pokrajać w paski szerokości na dwa palce. Położyć jeden na drugim po 3 lub 4, posypując mąką i pokrajać podług upodobania, cieńsze lub grubsze. Bardzo dobrze wyglądają pokrojowe w kostkę, wtenczas paski należy krajać na palec szerokości. Mąkę krupczatkę należy bardzo wolno zagniatać, bo mąka ta jest bardzo sucha. Piec w blasze w piekarniku, a najlepiej smażyć na patelni.



Kluski „hałki”

Kiełbasa domowa

SKŁADNIKI: 4 kg mięsa wieprzowego, 4 g saletry, 40 dag słoniny lub podgardla, 12 g soli, 2 płaskie łyżeczki mielonego pieprzu, płaska łyżeczka mielonego jałowca, 4 ząbki czosnku, jelita lub słoje.

PRZYGOTOWANIE: Połowę najładniejszego mięsa pokrajać w drobną kostkę. Resztę zemleć w maszynce o średniej wielkości otworów. Słoninę lub podgardle również przemielić w maszynce. Czosnek rozetrzeć z solą. Do mięsa dodać przyprawy. Wszystko dokładnie wymieszać i wynieść w chłodne miejsce na 12 – 14 godzin. Następnie wyrobić dokładnie dolewając 3 szklanki wody. Wyrabiać rękami tak długo, aż mięso stanie się kleiste. Wyrobionym mięsem napełniać jelita lub słoje, pozostawiając 3 cm wolnej przestrzeni w słojach. Po wypełnieniu jelit, podzieleniu ich na batony i zawiązaniu końcówek przędzą następuje ostatni etap przygotowania kiełbasy: odstawienie surowej jeszcze wędliny do osadzenia się mięsa w osłonkach, ocieknięcie, osuszenie, wędzenie, osuszenie w celu uzyskania oczekiwanego koloru i parzenie. Najtrudniejszą i najciekawszą czynnością jest wędzenie, do czego potrzebne jest posiadanie domowej wędzarni. Natomiast mięso w słojach należy dokładnie upchać, aby nie było wolnej przestrzeni. Wstawić słoje do zimnej wody, gotować bardzo wolno prze 2 godziny. W piwnicy chronić przed dostępem światła.



Kaszanka

SKŁADNIKI: 1 kg płuc, 2 kg słoniny, 1 kg drobnej kaszy, 1 kg wątroby, 50 dag nerek, 50 dag serca, 1 l krwi wieprzowej, grube jelita wieprzowe długości około 50 cm, sól i pieprz do smaku.

PRZYGOTOWANIE: Do małego garnka wlać 1,5 l wody i kiedy woda zakipi wrzucić słoninę i gotować 5 min. Następnie słoninę wyjąć i wrzucić kaszę, którą gotować 30 min. ciągle mieszając. Kaszę zdjąć z ognia i postawić w chłodnym miejscu. Do drugiego 5 – litrowego garnka wrzucić płuca, serca, nerki i zalać zimną wodą. Doprowadzić do wrzenia i gotować 30 min., a potem wrzucić wątrobę i gotować wszystko jeszcze około 10 minut. Następnie wszystko wyjąć z garnka i ostudzić. Wody z garnka nie wylewać, lecz też ostudzić, gdyż przyda się do kaszanki. Gdy wszystko dostatecznie ostygło, wymyć jelita i wrzucić na godzinę do dobrze osolonej wody. Na 1 l wody wsypać 30 dag soli. Potem ugotowane podroby i słoninę pokroić w kostkę. Następnie wszystko przełożyć do dużego naczynia i dodać rozgotowaną kaszę, sól do smaku, pieprz, krew wieprzową i wodę, w której uprzednio gotowaliśmy podroby. Wszystko dokładnie wymieszać i wziąć jelita. W każdym jelicie po obu końcach należy zostawić po 3 cm wolnego miejsca. Związać jelita nitką z jednej strony i do drugiego otworu wstawić lejek i wpychać tam rozdrobnioną masę. Do pełna nie nalewać, bo przy pieczeniu jelito może pęknąć. W odległości 3 cm od końca związać jelita nitką. Po zrobieniu wszystkich kaszanek ułożyć je na blachę, którą należy wysmarować słoniną, wstawić do mocno nagrzanego piekarnika i piec 1,5 godz. Podczas pieczenia po 45 min. kaszankę należy przewrócić na drugą stronę i piec następne 45 min. Potem wyjąć z pieca i zdjąć z blach. Kaszankę można jeść zarówno gorącą jak i zimną.



Kumpiak

Szynka wieprzowa natarta obficie czosnkiem, owocami jałowca, ziołami i pieprzem wkładana jest do drewnianej beczki lub skrzyni z solą, która „wyciąga" z niej wodę oraz stabilizuje florę bakteryjną. Okres nasalania trwa ponad dwa tygodnie. Przetwarzanie odbywało się w chłodnych pomieszczeniach o glinianych klepiskach bez okien, czyli tzw. „komorach". Po wysoleniu mięso obmywane jest z nadmiaru soli i zawieszane do wysuszenia.

Proces dojrzewania, który trwa przez minimum sześć miesięcy, następuje w sąsiedztwie aromatycznych ziół – zawiesza się je obok mięsa. Pęki aromatycznych ziół wieszamy obok szynki. W tym czasie kumpiak twardnieje (podobnie jak tradycyjny kindziuk), nabiera znakomitego aromatu i smaku. Produkt ten może być przechowywany przez wiele miesięcy bez użycia lodówki. Spożywa się go, okrajając od góry cieniutkie fragmenty. Jest to wyrób bardzo smaczny i trwały. Najlepiej smakuje z czarnym wiejskim chlebem, który podkreśla i uwalnia bukiet smaków oraz zapachów powstałych podczas długotrwałego dojrzewania. Uzyskanie pożądanego efektu jest możliwe wyłącznie przy wykorzystaniu wieprzowiny najwyższej jakości. Mięso powinno pochodzić od zwierząt hodowanych tradycyjnymi metodami na głębokiej ściółce.



Kołduny

SKŁADNIKI: 0,5 kg baraniny, sól, pieprz, majeranek
CIASTO: 25 dag mąki, ¼ szklanki letniej wody, 1,5 dag oleju, szczypta soli.

PRZYGOTOWANIE: Baraninę zemleć w maszynce, dodać przyprawy i dokładnie wymieszać. Z oleju, wody i mąki zagnieść ciasto i cienko rozwałkować. Wycinać małe kółka, nakładać farszem, mocno zlepić brzegi i gotować w rosole. Rosół można zrobić tylko na samych kościach.


Kołduny

Świeżyzna, „świ'eżyna"

SKŁADNIKI: Kawałki podgardla, karkówki, boczku, wątroba, sól, pieprz, papryka, cebula, jabłko, mąka, ¾ szklanki kwasu z kiszonej kapusty.

PRZYGOTOWANIE: Bezpośrednio po oprawieniu zabitego świniaka (i oczywiście zbadaniu przez lekarza weterynarii), odkroić kawałki mięsa (podgardle, karkówka, boczek) i pokroić na średnio grube plastry. Ułożyć na dużej patelni i smażyć z dodatkiem soli, pieprzu i papryki. Pod koniec smażenia dodać kilka pokrojonych w plastry cebul oraz jabłko. Dusić do miękkości. Na drugiej patelni usmażyć bez solenia oprószone mąką plastry wątroby, przełożyć do patelni z mięsem, zalać ¾ szklanki kwasu z kiszonej kapusty i razem dusić przez około 10 minut. Podać z pieczywem lub gotowanymi ziemniakami.


Świeżyzna, „świ'eżyna"

Kotlety z kaszy



SKŁADNIKI: 2 szklanki kaszy jęczmiennej, 1 szklanka gotowanych ziemniaków, 1 dag mąki, 2dag masła, 3 dag cebuli, sól, 2 jajka, 3 dag tartej bułki.

PRZYGOTOWANIE: Kaszę jęczmienną ugotować na półmiękko, dodając do niej gotowane ziemniaki, trochę soli i mąki, pokrojoną drobniutko i przesmażoną na maśle cebulę. Wszystko dobrze wymieszać i formować płaskie kotlety. Posmarować je rozbitym jajkiem, obtoczyć w tartej bułce i smażyć na rozgrzanym tłuszczu. Podawać z sosem pomidorowym lub chrzanowym.

Gryczannik

SKŁADNIKI: 50 dag ziemniaków, 4 szklanki mąki gryczanej, ½ szklanki mleka, 3 łyżki cukru, sól i drożdże.

PRZYGOTOWANIE: Ugotowane ziemniaki przetrzeć przez sito, wsypać mąkę gryczaną, wlać pół szklanki ciepłego mleka i trochę drożdży, dodać szczyptę soli i cukier. Wymieszać to wszystko dokładnie i odstawić do wyrośnięcia. Ciasto musi być tak gęste, jak na racuchy. Jeżeli jest za rzadkie, dosypać jeszcze trochę mąki. Ciasto wyłożyć do przygotowanej blachy i upiec w gorącym piekarniku. Podawać na zimno jak zwykłe ciasto lub bułkę.

Kwas chlebowy



SKŁADNIKI: 30 dag suchego razowego chleba, 20 dag cukru, 10 dag miodu, 10 l wody.

PRZYGOTOWANIE: Chleb zalać gorącą wodą, dodać cukier i miód. Wszystko wymieszać i postawić na 2 – 3 dni w ciemnym, chłodnym miejscu, aby się zakwasiło. Podstawą udanego kwasu jest chleb na zakwasie, a nie na drożdżach lub chemicznych spulchniaczach. Z braku takiego chleba można ostatecznie zastosować razowca ze sklepu.

Kutia

SKŁADNIKI: 1 szklanka ziaren łuskanej pszenicy (może być pęczaku z jęczmienia lub pszenicy), ¾ szklanki maku, 0,5 szklanki cukru, 4 łyżki miodu, 5 dag rodzynek, 5 dag orzechów, 5 dag skórki pomarańczowej gotowanej w syropie, ¾ szklanki śmietany.

PRZYGOTOWANIE: Kaszę dokładnie kilka razy umyć, zalać wodą i dość długo gotować, aby była miękka. Mak zalać Ugotowaną zimną kaszę, mak, drobno posiekane orzechy i inne bakalie wymieszać z miodem i śmietaną. Całość ochłodzić.


Kutia

Sołoducha

SKŁADNIKI: 0,5 kg żytniej mąki, 2 l wody, 25 dag cukru, 10 dag rodzynków.

PRZYGOTOWANIE: Mąkę żytnią zaparzyć gorącą wodą, wsypać cukier, rodzynki, przykryć pokrywą i postawić w ciepłe miejsce na 2- 3 dni. Gdy już czuć zakwas, przecedzić przez sito i wstawić do chłodnego miejsca, a najlepiej do lodówki. Wspaniale odżywia cały organizm.

Szczułok (Wigilijny kompot z suszonych owoców)

SKŁADNIKI: 250g suszonych śliwek, 300g jabłek, 300g gruszek suszonych (z dodatkiem dzikich odmian), 3 łyżki cukru, 1 mała cytryna.

PRZYGOTOWANIE: Śliwki płuczemy szybko w wodzie i zalewamy zimną przegotowaną wodą, tak żeby pokryła owoce. Moczymy przez całą noc. Suszone jabłka i gruszki zalewamy również zimną przegotowaną wodą, ale możemy moczyć krócej. Oddzielnie namoczone owoce gotujemy w 5 litrach wody. Do namoczonych śliwek dodajemy łyżkę cukru i tylko zagotowujemy. Do namoczonych suszonych jabłek i gruszek dodajemy 2 łyżki cukru i gotujemy około 10 minut. Dodajemy sok z cytryny, skórkę z cytryny i gotujemy jeszcze 5 minut. Oddzielnie ugotowane składniki łączymy(usuwamy skórkę cytryny) i odstawiamy do schłodzenia, podajemy w temperaturze pokojowej w kompotierkach lub szklankach.


susz na szczułok

Pirożki po czyżowsku

SKŁADNIKI: 1,5 kg mąki pszennej, 3 łyżki margaryny, 3 jajka, ok. 1 l mleka, ¼ szklanki oliwy, 2 łyżki śmietany, 1,5 szklanki cukru, drożdże.
PRZYGOTOWANIE: Do mąki dodajemy roztopioną w mleku margarynę, jajka, cukier, oliwę, śmietanę. Całość dokładnie mieszamy i ugniatamy („miesimy"), aż wszystko się połączy i będzie odstawać od rąk. Czekamy aż ciasto wystarczająco urośnie. Następnie formujemy pirożki, wkładając do środka nadzienie (może to być np. ser, cynamon z cukrem lub konfitury). Tak uformowane pirożki wkładamy na blaszce jeden obok drugiego do pieca na około 25 min.


Pirożki po czyżowsku

Busłowa łapa

SKŁADNIKI: szklanka mąki pszennej, pół szklanki mąki razowej (to moja główna modyfikacja, można oczywiście dać samą mąkę pszenną, będą delikatniejsze), 2 łyżki cukru, 15 g drożdży świeżych, 1/3 szklanki letniego mleka, 1 jajko,, 1/4 szklanki oleju, szczypta soli, roztrzepane jajko.
PRZYGOTOWANIE: Mąki mieszamy w misce, robimy dołek, do którego kruszymy drożdże. Posypujemy je łyżką cukru i zalewamy kilkoma łyżkami letniego mleka. Wierzch delikatnie przysypujemy mąką i odstawiamy na 20-30 minut. Gdy widzimy, że drożdże już pracują, dodajemy resztę cukru, resztę mleka, jedno jajko roztrzepane, szczyptę soli i olej. Wyrabiamy ciasto, aż będzie miękkie, elastyczne i będzie odchodziło od rąk. Odstawiamy w ciepłe miejsce pod ściereczką, aż urośnie i mniej więcej podwoi objętość. Po tym czasie wyciągamy, chwilę wyrabiamy i robimy cienkie, owalne placuszki. Następnie rozcinamy tak, aby powstały bocianie paluchy. Kładziemy na blachę wyłożoną papierem do pieczenia i odstawiamy w ciepłe miejsce do ponownego wyrośnięcia na około 20 minut. Potem smarujemy jajkiem i pieczemy 15 minut w 180 stopniach na złoty kolor. Można również dodawać dżem, wówczas ciasto dzielimy na 4 części. Z każdej części robimy dwa owalne placuszki. Kładziemy na środku jednego dżem, a brzegi smarujemy roztrzepanym jajkiem. Nakrywamy drugim placuszkiem i zlepiamy brzegi.


Busłowa łapa

Ciasteczka „praniki z maszynki”

SKŁADNIKI: 80 dag mąki, 25 dag cukru pudru, ½ szklanki śmietany, 2 jajka, 25 dag margaryny, proszek do pieczenia, cukier waniliowy.

PRZYGOTOWANIE: Mąkę oraz małą paczkę proszku do pieczenia i paczkę cukru waniliowego przesiać przez sito na stolnicę. Dosypać cukier puder, dodać margarynę i 2 całe jajka. Ciasto trochę wyrobić, a potem dodać pół szklanki śmietany, żeby ciasto nie było zbyt twarde, ale i nie za rzadkie. Do maszynki do mięsa włożyć wkładkę do wykrawania ciastek i przepuścić przez nią ciasto. Piec w gorącym piekarniku na złoty kolor.

Ciastka ze skwarek

SKŁADNIKI: 25 dag skwarek, 1 jajko, 1 żółtko, ¾ szklanki cukru, proszek do pieczenia, mąka, olejek zapachowy.

PRZYGOTOWANIE: Skwarki przepuścić przez maszynkę do mięsa. Dosypać mąki w zależności od wilgotności skwarek, dosypać pozostałe składniki i zagniatać. Ciasto ma być w miarę twarde. Do maszynki do mięsa włożyć wkładkę do wykrawania ciastek i przepuścić przez nią przygotowane ciasto. Ucinać na paski po 5 – 7 cm. Upiec na blasze.

Ciasteczka owsiane

SKŁADNIKI: 2 szklanki płatków owsianych, 2 szklanki cukru, łyżka masła, 6 łyżek mleka, 2 łyżki kakao, olejek zapachowy.

PRZYGOTOWANIE: Z cukru wymieszanego z mlekiem i masłem sporządzamy syrop, gotując około 10 – 15 minut. Płatki owsiane wymieszać z kakao i aromatem, po czym wsypać do dotującego się syropu. Po wymieszaniu wykładać łyżką energicznie na płaski talerz.



Ciasteczka „praniki z maszynki”



Ciasteczka owsiane

Chrusty

SKŁADNIKI: 2 szklanki mąki, Łyżka masła, 2 łyżki cukru, Jajko, Łyżka octu (lub wódki), ½ szklanki śmietany.

PRZYGOTOWANIE: Wszystkie składniki wyrobić dokładnie. Ciasto powinno być takie, jak na makaron. Rozwałkować cienko na pół centymetra. Pokroić na podłużne pasy szerokości 2 palców. Pasy pokroić ukośnie, pośrodku naciąć i przez ten otwór przeciągnąć jeden koniec. Usmażyć na patelni na złoty kolor.

Można też 6 żółtek rozbić z cukrem do białości i dosypać tyle mąki, aby ciasto po wyrobieniu zlewało się z łyżki jak po nitce. Zagotować masło i tyle samo smalcu, po czym nabierać pełną łyżkę ciasta i wlewać je sznureczkiem do gorącego tłuszczu. Obracać przy tym łyżką na różne strony. Skoro się chrusty w tłuszczu przyrumienią, to należy je obrócić na drugą stronę. Gotowe wyłożyć na sito i posypać cukrem cynamonem. Podawać na gorąco.



Chrusty

Korowaj

SKŁADNIKI: 10 szkl mąki, 100 g drożdży, 4-5 szkl. mleka, 8 jajek, 1 szkl. Śmietany, 100 g masła, 100 g rodzynek, 1 łyżka miodu, sól.

PRZYGOTOWANIE: Przygotować zaczyn: drożdże rozpuścić w ciepłym mleku, dodać sól, wsypać połowę mąki i dokładnie wymieszać, aby uzyskać jednolitą konsystencję. Zaczyn postawić w ciepłym miejscu na 2-3 godziny. Kiedy podniesie się i zacznie opadać, włożyć do niego miód, jajka, rodzynki, śmietanę i masło. Wyrabiać ciasto podsypując pozostałą mąką, dopóki nie zacznie odstawać od ścian naczynia, po czym pozostawić je w ciepłym miejscu. Kiedy objętość ciasta powiększy się dwukrotnie, zagnieść je i ponownie pozostawić aby rosło. Następnie dobrze ubić je na stole i włożyć do formy posmarowanej masłem. Wierzch bochenka przystroić ozdobami z ciasta. Wierzch posmarować jajkiem. Piec w gorącym piekarniku 30-45 minut, aby powstała rumiana skórka.



Korowaj

Pierogi (wareniki) z mięsem

SKŁADNIKI: Ciasto: 0,5 kg mąki pszennej, 250 ml wody, szczypta soli. Farsz: 0,5 kg mięsa wieprzowego lub drobiowego, 1 cebula, 1 jajko, sól, pieprz i inne przyprawy.
PRZYGOTOWANIE: Mięso gotujemy, przekręcamy przez maszynkę, dodajemy zeszkloną cebulę i przyprawy. Mąkę z solą zalać wrzątkiem i ugniatać ciasto. Rozwałkować a następnie wykrawać zgrabne krążki. Na krążki nałożyć farsz i zlepić wareniki.

Pierogi z grzybami

SKŁADNIKI: 35 dag mąki, 1 jajko, około 5 dag grzybów suszonych, 1 cebula, 2 dag tartej bułki, sól, pieprz.
PRZYGOTOWANIE: Oparzyć parę młodych suszonych grzybów, wypłukać, ugotować na miękko i usiec bardzo drobno. Przesmażyć w łyżce masła upieczoną, siekaną cebulę, zdjąć z ognia i wrzucić w to siekane grzybki. Wsypać garść tartej bułki, dodać sól i pieprz. Zagnieść ciasto z mąki, rozwałkować, wyciąć kółkiem pierogi, nałożyć farsz. Pierogi ugotować lub smażyć na patelni.

Pierożki z twarogiem lub z jagodami

SKŁADNIKI: 3-4 szkl. mąki, 2 jajka, 3 ziemniaki, 1 szkl. śmietany, 250 g twarogu lub czarnych jagód, 2 łyżki cukru, trochę mleka, sól.
PRZYGOTOWANIE: Zagnieść ścisłe ciasto z pszennej lub gryczanej mąki, dodając mleko, jajka, sól i utarte ziemniaki. Następnie rozwałkować na cienkie placki i wykrawać szklanką krążki. Położyć na nie nadzienie z twarogu lub jagód zmieszanych z cukrem. Brzegi połączyć i zacisnąć. Pierożki wkładać do gotującej się wody i ugotować. Przed podaniem na stół polać śmietaną lub roztopionym masłem.



Pierogi (wareniki) z mięsem



Pierożki z twarogiem lub z jagodami

Gołąbki z grzybami

SKŁADNIKI: 300 g świeżych grzybów, 500 g świeżej kapusty, 2 cebule, 3-4 łyżki oleju, 2 łyżki margaryny, 2 szkl. sosu śmietanowego z przecierem pomidorowym, sól.
PRZYGOTOWANIE: Główkę kapusty oczyścić i po wykrojeniu głąba ugotować na półmiękko w osolonej wodzie. Następnie oddzielić liście i lekko pobić nerwy liściowe. Grzyby ugotować, drobno pokroić, wymieszać z posiekaną podsmażoną cebulą, posolić i obsmażyć. Farsz kłaść na liściach kapusty i zawijać je w koperty. Gołąbki obsmażyć, zalać sosem i dusić 35-40 minut.


Gołąbki z grzybami

Łokszyny

SKŁADNIKI: 8-10 łyżek mąki ziemniaczanej, 1,5 l mleka, 2 łyżki cukru pudru, 20 g masła, sól.
PRZYGOTOWANIE: Mąkę ziemniaczaną rozprowadzić w wodzie, dodać sól i cukier, po czym wszystko wymieszać. Przygotować cienkie bliny, pokroić je w słomkę i lekko podsuszyć. Następnie włożyć do gotującej się wody i ugotować. Przełożyć do innego naczynia, zalać gorącym mlekiem i dodać masło. Wstawić całość do piekarnika na 10-15 minut.

Juszka świńska

SKŁADNIKI: 50 dag mięsa wieprzowego, 50 dag suchego chleba, 0.5 l krwi z zabitego wieprza, cebula, pieprz i sól do smaku.
PRZYGOTOWANIE: Zagotować ok. 3 l wody. Do wrzątku włożyć mięso i gotować do miękkości. Do krwi wrzucić pokrajany na drobne kawałki czerstwy chleb. Po wyjęciu mięsa wlać krew z chlebem, dodać pieprz i sól do smaku oraz cienkie kostki cebuli i gotować ok. 8 min. Zdjąć z ognia i rozlać do talerzy.

Żur

SKŁADNIKI: 1 szkl płatków owsianych, 4 szkl wody, 12 ziemniaków, 150 g słoniny, 2 cebule, sól.

PRZYGOTOWANIE: Płatki owsiane wsypać do rondla, zalać gotującą się wodą, dodać kromkę razowego chleba i odstawić w ciepłe miejsce aby się zakisiły. Napęczniałe płatki przecedzić przez sito, przemyć i ponownie przecedzić. Uzyskane w ten sposób mleczko owsiane dobrze wymieszać, a następnie gotować do zgęstnienia stale mieszając. Żur podawać z przesmażoną cebulką i gotowanymi ziemniakami.

Solianka

SKŁADNIKI: 2 litry bulionu warzywnego, 30-40 dag świeżych grzybów, 3 cebule, 10 dag ogórków, kwaszonych, 15 dag kiełbasy, 8 dag koncentratu, pomidorowego, ,2 dag dobrego oleju, łyżka masła, 10 dag śmietany, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, zielona pietruszka.

PRZYGOTOWANIE: Na soliankę najlepiej nadaje się mieszanka grzybów. Zielonki i podzielonki, podgrzybki, maślaki, opieńki. A więc najlepszy okres na przygotowanie tej zupy to jesień. Oczyszczone i przebrane grzyby myjemy i kroimy w plasterki. Smażymy na rozgrzanej patelni. Dodajemy posiekaną cebulę, masło i zmniejszamy temperaturę. Dusimy do miękkości. Ogórki obieramy i kroimy w paski. Kiełbasę kroimy w plasterki i dodajemy do grzybów razem z koncentratem pomidorowym oraz jeszcze chwilę dusimy. Zalewamy całość bulionem, dodajemy ziele angielskie i liść laurowy. Gotujemy piętnaście minut. Pod koniec gotowania doprawiamy zupę zahartowaną śmietaną (rozmieszaną z wywarem), doprawiamy do smaku solą i pieprzem. Podajemy posypaną natką pietruszki. Podsmażone grzyby, cebula i kiełbasa w połączeniu z bulionem i koncentratem pomidorowym nadają zupie niepowtarzalny smak.



Żur



Solianka

Barszcz czerwony na sposób tradycyjny

SKŁADNIKI: 400 g gotowanych ziemniaków, masło do polania ziemniaków, świeży pokrojony koperek.

Zakwas buraczany: 1 kg świeżych buraków, 1 l ciepłej wody, 100-150 g chleba razowego.

Barszcz czerwony: 800 g buraków z zakwasu buraczanego, 1/2 l wody, 1/2 l przecedzonego zakwasu buraczanego, 100 g marchewki, 70 g korzenia selera, 50 g korzenia pietruszki, 70 g pora lub cebuli cukrowej, 1 szklanka białej fasoli, 200 g wędzonego boczku bez kości, 1/4 pęczka natki pietruszki, sól, świeżo zmielony czarny pieprz.

PRZYGOTOWANIE: Przygotuj zakwas: buraki umyj, obierz i zalej ciepłą wodą. Następnie dodaj pokrojony w kromki chleb razowy. Przykryj ściereczką i pozostaw w chłodnym miejscu na około 4-5 dni. Po tym czasie wyjmij buraki i pokrój w zapałki. Wywar odcedź.

Przygotuj barszcz: dzień wcześniej namocz fasolę w zimnej wodzie. Następnego dnia ugotuj ją do miękkości. Połowę ugotowanej fasoli zmiksuj. Boczek pokrój w kostkę i przesmaż na złoty kolor. Marchew, selera, pietruszkę i pora obierz, pokrój w zapałki i wrzuć do wrzącej wody. Gotuj do momentu, gdy warzywa będą jeszcze lekko twarde. Pod koniec gotowania dolej zakwas, dodaj pokrojone buraki, zmiksowaną i całą fasolę oraz boczek. Dopraw solą, pieprzem i posyp natką pietruszki. Podawać z ugotowanymi ziemniakami polanymi rozpuszczonym masłem i drobno pokrojonym koperkiem.



Kapuśniak

SKŁADNIKI: 20 dag żeberek wieprzowych lub innego mięsa, 0,5 l kapusty kwaszonej, 1/3 szklanki kaszy jęczmiennej, 6 dag słoniny, cebula i kilka ziaren ziela angielskiego, szczypta nasion kminku kopru lub nasion kopru.

PRZYGOTOWANIE: Żeberka wieprzowe lub inne mięso kilka minut podgotować z dodatkiem około 1,5 l wody i wsypanej do niej kaszy. Do podgotowanej kaszy z mięsem włożyć kwaszoną kapustę i razem gotować. Okrasić stopioną słoniną ze skwarkami z podsmażoną cebulą. Można dodatkowo zagęścić zupę, dodając do stopionej słoniny łyżkę mąki. Mięso wyjąć, obrać od kości, pokrajać drobno i dodać z powrotem do kapuśniaku. Podawać z oddzielnie ugotowanymi ziemniakami.



Jak wyglądała dawniej podlaska kuchnia?

Kuchnia była dość wielka w odniesieniu do powierzchni całego domu. Pod ścianą rzędem stały piece, jeszcze często gliniane. Duży, solidny stół i drewniana ława dopełniały wystrój tego wnętrza. Było też okno, które dostarczało odpowiednią dawkę światła i w którym w czasie burzy zapalano świece. Bezpośrednio do kuchni przylegała spiżarnia, wypełniona najpotrzebniejszymi przedmiotami. Stały tam słoje ze świeżą śmietaną i kamionkowe naczynia z wytopionym w domu smalcem. Na ciemno osmolonych prętach wisiała słonina, pęta wędzonej kiełbasy i inne wędliny. W domu najczęściej była jeszcze jedna spiżarnia. Tam na pólkach stały kompoty, soki, słoje z kwaszonymi ogórkami. Strych pachniał jabłkami wysypanymi na sianie lub plewach oraz wędlinami w specjalnie do tego zrobionej w kominie wędzarni.

Warsztaty kulinarne organizowane przez Gminny Ośrodek Kultury w Czyżach









Stoiska promocyjne Gminy Czyże z tradycyjnymi kulinariami











Publikacja zrealizowana i sfinansowana w ramach projektu „Tak dalekie, a takie bliskie” ze środków:

- Urzędu Gminy Czyże,
- „Działaj Lokalnie VII”

WYDAWCA:

- Urząd Gminy Czyże, 17-207 Czyże 98, tel. (+48 85) 68 135 17, 681 89 90, fax: (+48 85) 68 189 91, www.ugczyze.pl , e-mail: ugczyze@ugczyze.pl
- Gminny Ośrodek Kultury, 17-207 Czyże 98, tel. (+48 85) 68 135 31, fax: (+48 85) 68 189 91, www.ugczyze.pl , e-mail: gok.czyze@wp.pl ,

ISBN 978 – 83 – 923626 – 2- 6

Tekst: Gminny Ośrodek Kultury w Czyżach, I. Frankowska, J. Jakimiuk.
Zdjęcia: Archiwum Urzędu Gminy Czyże i GOK w Czyżach, K. Szyryńska, J. Białowieżec, I. Frankowska, J. Jakimiuk
InterFoto 360 Paweł Szybiak.
Opracowanie graficzne i druk: Reklama & Drukarnia – LogoART w Hajnówce.

Działaj lokalnie

AKADEMIA ROZWOJU FILANTROPII W POLSCE

Polsko-Amerykańska Fundacja Wolności

Czyże 2012